



矢倉学区
未来のまち協議会



ホームページ
<http://machikyou.jp/yagura/>

矢倉みらい通信

Yagura Mirai Tsushin

発行
矢倉学区未来のまち協議会
TEL・FAX 077-565-1560
E-mail yagura@machikyou.jp

矢倉学区(3月31日現在)(前月比)
人口 9,751人 (-22人)
男性 4,795人 (-5人)
女性 4,956人 (-17人)
世帯数 4,442世帯(+23世帯)

令和4年度 矢倉学区 町会長委員会 各町内(自治)会長のご紹介

(敬称略)

令和4年度の町会長委員会で委員長の大役に任命されました、玄甫町の前田でございます。
未だ、コロナ禍による活動制限が余儀なくされている中、各町内会会長のご意見をお伺いしながらともに力を合わせて、矢倉学区の発展に、微力ながら少しでもお役に立てればと思っております。
矢倉学区の皆様におかれましては、今後ともご支援・ご協力を賜りたく、よろしくお願い申し上げます。
(町会長委員会 委員長 前田五郎)



① 矢倉町 / 町会長委員会 副委員長

古川 和雄
世帯数:1,802 (90組)



② 室木町

谷口 隆宏
世帯数:198 (11組)



③ 東室木町

千代 誠一
世帯数:274 (19組)



④ 中尾町

高橋 弘貴
世帯数:19 (2組)



⑤ 玄甫町 / 町会長委員会 委員長

前田 五郎
世帯数:278 (8組)



⑥ 玄甫団地

小杉 武志
世帯数:30 (4組)



⑦ 馬池町自治会

福島 茂
世帯数:680 (33組)



⑧ 大塚団地

内藤 晴夫
世帯数:393 (27組)



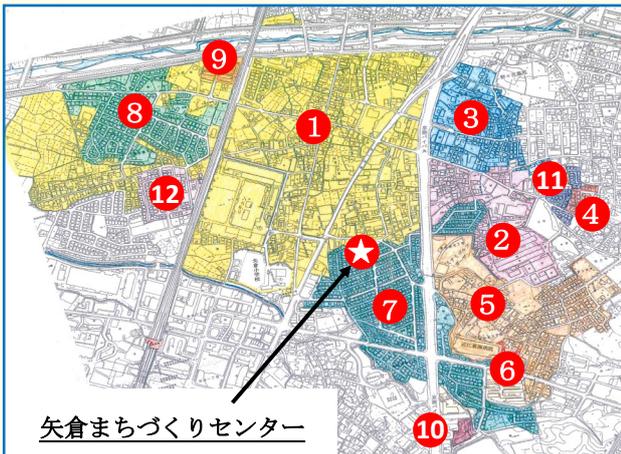
⑨ 矢倉団地

岸本 武
世帯数:89 (12組)



⑩ グランドール南草津

北 泰治
世帯数:138 (12組)



矢倉まちづくりセンター



⑪ 草津みらい町

池田 英祐
世帯数:30 (3組)



⑫ 南草津ピースタウン

中野 淳一
世帯数:115 (8組)

*各町内会の数字と色は、
地図上の表示に対応しています。

矢倉生涯学習大学 第6講座「病気とクスリについて」

4月2日(土): 本講は「びわこ薬剤師会 村杉紀明会長(みのり薬局)」による掲題の講座があり、その概要をご報告いたします。受講生以外の矢倉住民の皆さまにもご参考になれば幸いです。主な概要は以下の通りでした。

1. 服用した薬が体内に流れる「しくみ」とは

*服用する ⇒ 胃に入る ⇒ 腸で吸収 ⇒ 肝臓で代謝 ⇒ 血液に入る ⇒ 身体の患部へ ⇒ 肝臓で代謝 ⇒ 腎臓で処理 ⇒ 体外に排出(主に尿)。

2. 副作用の主な3つの原因と注意事項 (*不安な場合は、薬剤師さんとよく相談しましょう)

① 薬の効果による副作用!

- *加齢により、調剤された薬が必要以上に効きすぎることもあり、副作用がでる場合もある。
- *多数類の薬(5~6種類以上)を服用し続けていると、副作用がでる場合もある。
- *市販の薬やサプリメントとの併用服用も要注意!

② 薬物毒性による副作用!

- *肝機能、腎機能、血液、神経系などの機能低下がある。

③ 過敏症による副作用!

- *アレルギーに似た反応が出る。



3. 薬剤師さん(薬局)とうまく付き合っ、健康寿命を伸ばすためのポイント

- ① 「かかりつけ医師」の大切さと同様に、「**かかりつけの薬剤師や薬局**」を決めて利用することはとても大切(一か所が望ましい)。*自己判断は避け、専門的なアドバイスを受けるのがよい。
- ② 特に、複数の病院やクリニックに通う患者にとって、それぞれから処方箋が出る場合、副作用や無駄などが発生するリスクがあり、これらを回避できるのは、「話しやすく、困った時など、真摯に向き合ってくれる薬剤師さん」のいる薬局と、日頃から良好な関係を築いておくことが大切です。
*「**おくすり手帳**」も忘れずに持参し、記録を残しましょう(相談するときの大切な資料となる)。

◆次回は、5月7日(土)「**こころの病気について**」を予定しています。(矢倉学区未来のまち協議会)

子育てサロン「よせて! いいよ!」 「ありがとう♪ またね!」

3月23日(水): 令和3年度 最後の子育てサロンは、現在までに参加した時に撮影した記念の写真の中から、お母さんと一緒に見本を参考にしながら、お子さんのお気に入りを選んで「**フォトフレーム**」を作りました。将来、大人になってから再び眺めれば、きっとこの時のことを思い出して、懐かしんでいたのではないのでしょうか。令和4年度も引き続き開催予定です。また新しいお友達を見つけに来てね♪ *なお、新年度のご案内は、3頁めに掲載しています。



(矢倉学区社会福祉協議会・矢倉学区民生委員児童委員協議会)

矢倉学区未来のまち協議会 令和4年度 定期総会のご案内

5月14日(土)13:30より、「矢倉学区未来のまち協議会 令和4年度 定期総会」を、矢倉まちづくりセンター大会議室にて開催いたします。

コロナ禍により、規模の縮小等の対応を予定しておりますが、状況により、書面による審議となる場合もありますので、あらかじめご承知おきください。

関係各団体長様には、事前に「案内文」をお送りしております。よろしくお願いいたします。



「矢倉やすらぎ学級」令和4年度 受講生募集

今年度も、一緒に学び、交流する受講生を募集します。

詳細は下記のとおりです。



- 対象／60歳以上の男女
- 定員／40名(先着順)
- 講座開催日／令和4年6月～令和5年3月の間で、全8講座(原則 第3水曜日)
- 講座開催時間／13:30～15:00
- サークル活動／15:15～16:30(希望者のみ)
- 受講料／年間 3,000円
 - * 講座の内容により、別途材料費・参加費が必要な場合もあります。
- 募集期間／5月13日(金)～5月27日(金)まで
 - * 受講料を添えて、矢倉まちづくりセンターの窓口にてお申し込みください。
 - * 電話受付可能 ☎ 565-1560

☆詳しくは、[回覧・ポスター](#)をご覧ください。
(矢倉まちづくりセンター)

「矢倉こども園」入園おめでとう♪

4月12日(火): 矢倉こども園(居松園長)にて入園式が行われました。
矢倉幼稚園から「矢倉こども園」への移行に伴う改築工事も終え、新しい園舎に新園児も迎え、たくさん(35人)のお友達で賑わう事でしょう。これから、ともに学び、なかよく遊んで、たくさんのおよい思い出ができると良いですね。



パチリッ!!
今月のフォトグラフ

まばゆい碧空のもと、
優美に泳ぐ鯉のぼり!
お子さんたちの元気な
成長を願って...
(桜ヶ丘)



「矢倉学区子育てサロン」令和4年度 開催予定



- * 場 所 ... 矢倉まちづくりセンター
- * 日 時 ... 第4水曜日 10:30～12:00
(11月は第3水曜日、12月は第2水曜日)
- * 持ち物 ... 飲み物、タオルなど
- * 対 象 ... 0歳～未就学のお子様とご家族
- * 参 加 ... 申込不要。参加費無料
- * 年間予定

月	日	内 容
4	27	わくわくこどもの日
5	25	みんなで「コーナーあそび」を楽しもう!
6	22	お楽しみ講座
7	27	水あそび(タオル・着替えを持ってきて)
8	24	縁日お店屋さんごっこ
9	28	スタンプング(汚れてもいい服できてね)
10	26	ハッピーハロウィン
11	16	秋あそび
12	14	クリスマス会
1	25	節分
2	22	ひなまつり
3	22	ありがとう。またね。



★都合により、日時・内容等が変更になる場合があります。

(矢倉学区社会福祉協議会・
矢倉学区民生委員児童委員協議会)

「DVD 教材」貸出開始

この度、人権に関するDVDを3種類購入しました。
貸出可能ですので、町内会等の講習会などにご活用ください。



- * 貸出期間は、原則1週間以内。
- * 貸出ご希望の方は、まちづくりセンターまで事前にお申込ください。 ☎ 565-1560

【タイトル・内容】

- ① 「イマジネーション」:(いじめや、障害・同和問題について) <34分>
- ② 「わかかカフェへようこそ」:(インターネット・高齢者・外国人の人権について) <36分>
- ③ 「“ただいま”の声を聞くために」:(横田めぐみさんのご両親と共に) <33分>

ばあばの台所

こんにちは！「ばあば」です！
 今回ご紹介のメニューは、「**鶏むね肉1枚で3種のレシピ**」
 簡単なのに手抜きに見えない、お助け料理です。
 是非、試してみてくださいね♪



※やわらか鶏ハム

【材料 2人分】

鶏むね肉:1枚
 塩コショウ:少々
 片栗粉:適量
 水:400cc 麺つゆ(2倍):100cc



【作り方】

- ① 鶏は皮を取り、観音開きにしてフォークで刺す。
- ② 塩コショウと片栗粉をまぶす。
- ③ 水、麺つゆを鍋に入れ沸騰したら鶏を入れる。
- ④ 蓋をして1~2分煮立させて40分以上放置。
- ⑤ そぎ切りにして、器に盛り完成。

* 鶏皮のカリカリから揚げ



- ① 鶏ハムで取り除いた皮に、塩コショウ片栗粉をまぶす。
- ② フライパンでカリカリになるまで炒めます。

※好みのたれで召し上がれ！

* 栄養満点とろとろスープ



- ① 鶏ハムを作った煮汁の味を調整する。
- ② 人参、ネギなどあるのを入れる。

※卵でかきたま汁にしてもOK！
 ※粗びきコショウやごま油は好みでどうぞ！

大葉とトマトと玉ねぎドレッシング



プチトマト(8等分):5個
 大葉(細かくちぎる):4枚
 玉ねぎ(みじん):1/4個
 レモン:大さじ1
 オリーブ油:小さじ1
 麺つゆ(2倍):大さじ2

胡麻ドレッシング



白ネギ(みじん):10cm
 ポン酢:大さじ4
 砂糖:小さじ2
 白ごま:小さじ2
 ごま油:小さじ2

※全部混ぜたら出来上がり！



★出来上がった鶏ハムを、
 醤油、酒、砂糖、みりん各大さじ1でさっと煮ると、
照焼き風に！ お弁当などにどうぞ♪
 作り置きして、冷蔵庫で3日間保存できますよ。

矢倉

みんなのカレンダー

2022年5月

※都合により、開催が中止・変更になる場合がありますので、あらかじめご了承ください。

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3 憲法記念日	4 10:30~ 憩 喫茶「憩」馬池町 みどりの日	5 こどもの日	6 19:30~ 町会長委員会 無線交信訓練	7 13:30~ 生涯学習大学 10:00~ 子どもスクール
8	9	10 11:00~ 憩 喫茶「憩」大塚団地	11	12	13 やすらぎ学級 受講生募集 (5/13~5/20)	14 13:30~ まち協総会
15	16 わんぱくプラザ・ 高齢者のつどい募集 (5/16~5/28)	17 11:00~ 憩 喫茶「憩」大塚団地	18 10:30~ 憩 喫茶「憩」馬池町	19	20	21
22	23	24 11:00~ 憩 喫茶「憩」大塚団地	25 10:30~ 子育てサロン	26	27	28 13:00~ 卓球
29	30	31 11:00~ 憩 喫茶「憩」大塚団地	1	2	3	4